



Hungarian Interski Team



Interski, Ushuaia 2015 Argentina

Elméleti workshop

8./ FINN Tuomas Immonen és Jussi Rásánen

Képességfejlesztés és motiváció a havas sportokban

a./ Két fiatal snowboardos beszél, némi bizonytalansággal, saját tapasztalataikról, pszichológia és módszertani eszközök és egyedi sportoktatói körülmények összefonódásáról, használatáról. Azt próbálják elmondani, milyen eszközökkel tudják az oktatást és motivációt javítani. Úgy gondolják a tanári hivatást sokkal nehezebb ebben a sportban, környezetben, és körülmények között jól végrehajtani, megfelelő példamutatással, félreérthetetlen módon megoldani. Különböző információk tudatában a tanítvány másképp reagál. (Más történik, ha már elesett a jégen és ennek a tapasztalatával fut rá újra, vagy még nem esett el csak a m instrukcióinkra hagyatkozik, illetve a látványra, amit mutatunk neki.)

Nagyon jelentős a külső és belső motiváció aránya, minél több belső értékhez segítsük hozzá. A külső motiváció lehet a pénz, oklevél, érem. A belső pedig a jóézés, boldogság, egészség.

Felértékelődik a síoktatásban bizonyos fogalmak jelentősége:

- hovatartozás (milyen stílus, milyen válfaj, milyen emberek, közösség)
- önállósodás (megvalósítsa önmaga gondolatait, mozgását)
- hit (hogyan juthat odáig, hogy valamit jobban megcsinál, mint más)

Ha megérted a tanítvány alapmotivációját, akkor az oktatás során jobban tudod a hangsúlyt annak a motivációnak a témájába elvinni, a hatékonyság érdekében. A síoktatónak nehézségekkel kell szembenézni, például: sikertelenség, szülői elvárások, berögzött helytelen mozdulatok. Ezeknek a kivédésénél, nem mindenkinél azonos megoldás lesz a jó, személyiségtől függ, mivel kell megoldani.

b./ A tanári viselkedésről és fellépésről nálunk is van előadás. Ez egy olyan téma, amiről sokat lehet beszélni, főleg, ha a sí szakmában keresünk hozzá szituációkat. Hasznosnak találtam így a témát és a saját munkájukból kiragadott példákon keresztül jó megvilágítást adtak ennek. A felelősség és példamutatás hangsúlyozását rendkívül fontosnak találom a témában. A szabad gyakorlás meghagyása mellett különös hangsúlyt kap a fegyelem. Megteremteni a türelmet a vágyak eléréséhez. Ugyan végig érezhető volt az extrém válfajban gondolkodás, szerintem a sí alapképésben is működnek ezek a dolgok.

Csollány Csaba



Hungarian Interski Team

